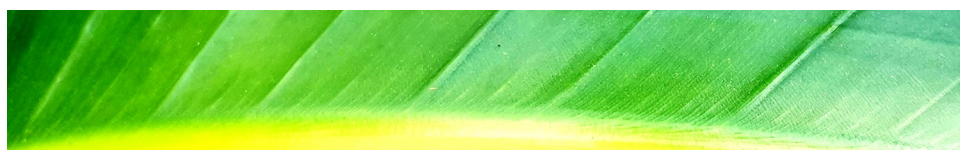


Oras-kurssi

HAKUOHJEET

- Täytä Kelan hakulomake KU132
- Liitä hakemukseen lääkärin B-lausunto (tai muu lääketieteellinen selvitys).
- Lähetä hakemus: Kela, PL 10, 00056 KELA
- Katso alkavat kurssit, ajankohdat ja kurssinnumero www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku (sanahakuun Kaisankoti)
- Kuntoutuspäätökset saadaan Kaisankoti lähettää kutsukirjeen valituille.
- Katso tarkemmat ohjeet: www.kaisankoti.fi



Onko sinulla ahdistusta tai uupumusta työssä?

Tarvitsetko tukea jaksamiseen?

Tule mukaan Oras-kuntoutukseen! Autamme sinua löytämään avaimia voimaantumiseen. Kelan kustantamien Oras-kuntoutusten tavoitteena on tukea elämänhallintaa ja työelämässä jaksamista. Voi hakea kuntoutukseen, mikäli olet yli 18-vuotias ja sinulla on uupumusta, ahdistusoireilua, unettomuutta tai lievää masennusta. Tuemme sinua, että opit hyödyntämään omia vahvuuksiasi ja parantamaan henkisiä voimavarojasi. Kuntoutukseen kuuluu yhteensä 15 läsnäolopäivää, kolmessa jaksossa, 15 kuukauden aikana. Toteutus rakentuu sekä ryhmä- että yksilöohjauksesta. Ryhmän tuki ja ympäröivän luonnon voimaannuttava vaikutus on tärkeä osa kuntoutustamme.

Kuntoutukset toteutetaan moniammatillisena. Työryhmään kuuluu psykiatri, työfysioterapeutti, psykologi ja psykoterapeutti. Lisäksi yksilöllisen tarpeen mukaan ravitsemusterapeutti, toimintaterapeutti tai sosionomi. Jaksoilla on mahdollista yöpyä Kelan kustantamana täyshoidolla Backbyn Kartanon kylpylähotellissa. Noudatamme THL:n suosituksia koronaviruksen tarttumisen ehkäisemiseksi. Yöpyminen on turvallista yhden hengen huoneessa.

KYSY LISÄÄ

Kirsti Kokko, p. 050 4722 767, kirsti.kokko@kaisankoti.fi
Lisätiedot: www.kaisankoti.fi ja www.backby.fi

Kaisankoti

KUNTOUTUS- JA TYÖELÄMÄPALVELUT

